



## Påmelding Hardhaus 2019

- Her kommer vi med noen tips til framgangsmåte ved påmelding til Hardhaus 2019. Det er viktig at du som løper setter deg godt inn i løpets form og regler før du starter registrering av din påmelding på EQ-Timing.
- Du må først velge hva du vil delta på. Hardhaus 3 løp er full Hardhaus. Hardhaus 3 løp med mini er 3 løp med 9km søndag. Skal du delta kun i 2 av 3 løp velger du det alternativet som innehar de dagene du ønsker. Og skal du kun delta i ett løp velger du aktuelle løp.
- Når valgt dag/antall løp er bestemt, trykker du på «[MELD PÅ](#)»

### Innlogging/ny bruker

- Påmelding og tidtakersystemet i EQ-timing krever at du oppretter egen bruker. Om du tidligere har registrert deg, logger du inn med brukernavn og passord. Om det er første gang, trykker du «[NY BRUKER, KLIKK HER](#)» En innlogget bruker kan melde på flere deltagere Registrering av deltager
- Når du har logget inn, kommer du til deltagerregistrering på valgt løp. Om du har valgt «Hardhaus 3 løp» legger du inn alle personlige opplysninger i feltene. Det er svært viktig at fødselsdato blir riktig. Systemet setter deg i riktig klasse ut fra kjønn og fødselsdato.
- For løp fredag og lørdag, (Riasten rundt og Kjølliskarven) må du velge antatt km-tid under «[velg pulje](#)» Over 5.20min pr km vil si start kl. 17.00 fredag. Under 5.20min pr km vil si start kl. 18.30 fredag. Det samme gjelder for lørdagens løp. Vi overstyrer starttid lørdag med seeding av starttid basert på sluttid fredag. Alle som løper raskere enn 1t 20min fredag starter 12.30 lørdag. Søndag er det jaktstart, og starttider baserer seg på sammenlagt tid fra dag 1 og 2. Det har derfor ingen betydning om du velger jaktstart eller fellesstart i feltet «[velg pulje](#)» på dag 3 om du skal delta på 3 løp. Miniløype søndag har start 09.30
- Husk å hake av ruter for samtykke til nyhetsbrev fra arrangør. Vi vil fram mot løpet sende ut fortløpende info til deltagere og viktig PM.
- Når alle data er registrert på løper, trykker du «[til utsjekking](#)»
- Velg betalingsmåte og fullfør påmelding. Under «[Tilleggsinfo](#)» skriver du eventuelle andre opplysninger
- Du kan også registrere flere løpere og gjennomføre samlet betaling. Trykk da «[hjem](#)» knappen for å komme til førstesida der du velger antall løp. Følg videre samme prosedyre med ny deltager.

### Ved sykdom/frafall

- Om det skulle dukke opp noe som uforutsett som gjør at du ikke kan delta er det viktig at du gir oss beskjed. Vi har dessverre ingen refusjonsordning der vi tilbakefører kontingent, men du får mulighet til å flytte årets påmelding til Hardhaus 2020 ved sykdom eller skader som meldes til oss før 20.juli
- Om det er spørsmål eller uklarheter rundt påmelding, ta kontakt på e-post [lin@midtelektro.no](mailto:lin@midtelektro.no) eller ring 922 43 488

For mer info om løpet, se hjemmesida [www.hardhausmerket.no/info](http://www.hardhausmerket.no/info)